Menopausa chirurgica: grave impatto sulla qualità del sonno

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Cho NY, Kim S, Nowakowski S, Shin C, Suh S.
Sleep disturbance in women who undergo surgical menopause compared with women who experience natural menopause
Menopause. 2019 Apr; 26(4):357-364. doi: 10.1097/GME.0000000000001257

Valutare l'impatto della menopausa chirurgica sulla qualità del sonno, e confrontarlo con quello della menopausa naturale: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Na Young Cho ed espressione della Sungshin University di Seoul e dell'Institute of Human Genomic Study ad Ansan, Corea del Sud, e della University of Texas a Galveston, Stati Uniti.
Le donne che entrano in menopausa a seguito di un intervento chirurgico sperimentano **una caduta dei livelli di estrogeni** più rapida rispetto a quanto avviene nella menopausa fisiologica. Pochi studi, tuttavia, confrontano i due quadri clinici dal punto di vista della qualità del sonno.
La ricerca ha coinvolto **526 donne** (età media 60.2 anni ± 7.64), alle quali è stato chiesto di compilare un questionario su:
- caratteristiche quali-quantitative del sonno;
- presenza e gravità di sintomi depressivi;
- storia personale ginecologica.
Questi i principali risultati:
- 429 donne sono andate in menopausa naturale (81.6%) e 97 in menopausa chirurgica (18.4);
- le donne in menopausa chirurgica (MC) sono **significativamente più giovani** (7.2 anni in media, $P < 0.001$);
- le donne in MC riportano, in misura statisticamente significativa, **una peggiore qualità del sonno** ($P = 0.007$), soprattutto sotto il profilo della durata ($P = 0.001$) e dell'efficienza ($P = 0.010$);
- le donne in MC hanno **una probabilità più che doppia** (OR 2.131, 95% CI, 1.055-4.303) di soffrire di insonnia rispetto a quelle in menopausa naturale ($P = 0.027$);
- le donne in MC che soffrono maggiormente di disturbi del sonno presentano anche più gravi sintomi di insonnia ($ß = 0.26$, $P = 0.03$).
In sintesi, la menopausa chirurgica rappresenta un grave fattore di rischio per l'insonnia e i disturbi del sonno, e questo dovrebbe orientare **il supporto terapeutico post operatorio** da offrire alle donne interessate.

© 2020 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org